

## 回覧

郷育（さといく）のまち・村上

郷（さと）に育ち・郷（さと）を育て・郷（さと）が育てる

村上市生涯学習推進センター 発行

# マナボーテ村上

## 2020年 1月号

### 今月号の話題

- ◆ ともそだち講座  
アサーショントレーニング（村上）
- ◆ 神林地区長寿大学 修了式（神林）
- ◆ 健民少年団 募金活動（村上）
- ◆ イベントのお知らせ
- ◆ サークル紹介

## ともそだち講座～アサーショントレーニング～



### 自分も相手の思いも大切にできるコミュニケーション

村上地区公民館では、村上市家庭教育支援チームの渡辺ひろみ様（村上 ohana ネット）を講師に迎え、11月9日（土）、30日（土）に「～本音のやりとりを可能にする～アサーショントレーニング講座」を開催しました。

アサーションとは、自分も相手も大切にできる自己表現の技法です。講座では、家族・学校・職場などあらゆる場面でより良い人間関係をつくるコミュニケーションスキルについて学びました。

人との関わりの中で自分も相手も大切にすることによりストレスが少ないやり取りが可能に

なります。子育てにおいては、子どももアサーションマインドをもって育てられることにより、より良いコミュニケーションが取れるようになり、良い連鎖が生まれます。

受講者からは、「自分を見直す良い機会になった」「上手に本音が伝えられるようになりたい」「親のアサーティブなスキルとマインドが子どもに伝わり、より良いコミュニケーションで会話を楽しめるようになってほしい」などの感想が寄せられました。

今後も親の学びや育ちを応援する家庭教育支援の講座を開催していきます。



# 「卒業証書はありません」 神林地区長寿大学修了式

12月11日（水）に行われた神林地区長寿大学の「学習会と修了式」は、前日までの曇天が嘘のように澄み渡った青空に恵まれた中で行うことができました。

当地区長寿大学の修了式は2年に1度。長寿大学受講生140名全員に修了証書が渡されます。2カ年の重みがある修了証書は、各集落代表者によって受講生一人一人に渡されます。

長寿大学は、生涯学習の一環ですから卒業証書はありません。なかには、数多くの修了証書をもっている方もいらっしゃいます。

大切なことは、生涯学習の「いつでも、どこでも、だれとでも」をモットーとした楽しく学ぼうとすることです。60歳以上の方を対象とした長寿大学の門は広く開放されています。興味、関心がある学習会が1つでもあれば参加してくださることを願っています。そのために、受講生が興味、関心のもてる学習活動を運営委員さんが中心となって考えていきます。まだ長寿大学に加入されていない方、生涯学習いかがですか。



## 健民少年団 歳末たすけあい街頭募金活動



村上市社会福祉協議会

毎年12月に歳末たすけあい街頭募金活動を行っています。今年は、岩船市場様、ウオロク村上店様、ウオロク村上東店様、原信村上西店様、よれっしゃこいっちゃん様、六斎市様、YZ マート様にご協力いただき行いました。

最初は緊張していた団員も、寒さに負けず大きな声を出して募金への協力を呼びかけました。

集められた81,909円のご寄付は、村上市社会福祉協議会へ届けさせていただき、様々な歳末たすけあい事業が実施されます。たくさんのご協力ありがとうございました。

活動後は、山辺里地区隊では、中学生の団員が指導し、UVレジンを使ったクリスマスチャーム作りを行いました。台座にマニキュア液で色を付け好みの素材を配置、UVライトで固めて完成。楽しみながらオリジナルの作品をつくりました。

村上・瀬波・上海府地区隊は、突き手と返し手がリズムを合わせ、餅つきをしました。雑煮、きな粉やあんこで一足早い正月気分を味わいました。



クリスマスチャーム



餅つき

郷(さと)に育ち 自らを高めるとともに、他の人々と共に高まろうとする学びの推進

# イベントのお知らせ

## 【親力アップ講座】

### 「思春期の子どもに伝わる伝え方のヒケツ」

思春期のイライラの原因と解消法・接し方のヒケツを Dr フキコさんから学びます。これまでの我が子との向き合い方、接し方を振り返ってみる良い機会となると思います。興味や関心のある方は、会場までお越しください。

と き 1月24日(金) 午後3時～4時  
(受付 午後2時40分より)

講 師 一般財団法人教育研修コーチング協会  
理事長 小林 富貴子 氏

参加費 無料

ところ 神林中学校

その他 申込不要。直接会場へお越しください。

問合せ 神林地区公民館 TEL60-1500

親力アップ講座 子どもたちの健やかな育ちを応援します

「思春期の子どもに伝わる伝え方のヒケツ」

子どもから心身ともに大人に変化する「思春期」を迎える(迎えた)我が子。思春期のイライラの原因と解消法・接し方のヒケツを Dr フキコさんから学びます。これまでの我が子との向き合い方、接し方を振り返ってみる良い機会。興味や関心がある方は、下記の会場までお越しください。

日時 1月24日(金)

会場/ 神林中学校  
時間/ 15:00～16:00  
参加費/ 無料

講 師 小林富貴子 様

一般財団法人教育研修  
コーチング協会理事長

新潟大学及び新潟大学付属病院で21年間がん研究や治療に関わってきました。ボランティア団体チャイルドラインにいがたを設立し18年間で3,500人以上の子どもの声に耳を傾けて、メンタルケアに情熱を注いでいます。フルタイムで働きながらやんちゃな男子2人の子育てを経験し、保護者や教員の現場で活かすべく国庫研修施設認定コーチをはじめ多数の資格を取得されました。村上市でも毎年、家庭教育講座でコーチング協会に講師をお勤めし、参加者から高い評価が得られています。

## 【みんなで楽しむお話の会】

音楽と絵本の世界をお楽しみください。

と き 2月16日(日) 午後1時30分～3時30分

ところ 荒川地区公民館

読み手 夢絵本☆野いちご

参加費 無料

その他 申込不要。直接会場へお越しください。

問合せ 荒川地区公民館 TEL62-3050

## 【親子でHappy 体験講座】

バレンタイン Day スイーツ講座とプチ子育て講座

と き 2月9日(日) 午前9時30分～午後1時

講 師 村山 優子 氏、中島 恵美子 氏

対 象 3歳～小学3年生までの子どもとその保護者

定 員 先着12組

※応募多数の場合は、今年度初めて「親子でHappy 体験講座」を受講する方を優先

参加費 1,000円(1組) ※当日集金

ところ マナボーテ村上

持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル

申込み 1月17日(金)～24日(金)までに

村上地区公民館 TEL53-5111

## 【絵本の読み聞かせ教室】2月3日(月) 申込開始

子どもたちのために絵本の読み聞かせを学んでみませんか。

と き ① 2月24日(月・祝) 午後1時～4時

「初心者向け基礎講座」

② 2月27日(木) 午後1時～4時

「昔話絵本を考える」

講 師 新潟子どもの本を読む会

代表 野上千恵子 氏

定 員 各回先着20名

対 象 ボランティア活動に興味がある方

親子で絵本を楽しみたい方

参加費 無料

ところ マナボーテ村上

申込み 2月3日(月)～13日(木)までに

村上市中央公民館へ TEL53-2446

文芸むらかみ 第10号

『俳句』 それぞれに想い出残し難飾る 松岡 岑子 各公民館で頒布中

文芸むらかみ第10号より

文芸むらかみ編集委員会 村上市教育委員会

## サークル紹介

### 朝日・村上「ハーラウ・オ・ヴァイウル村上」です

はじめまして、フラダンス教室ハーラウ・オ・ヴァイウル村上です。5名の少人数の教室ではありますが、皆さんはとても意欲的で元気一杯の笑顔の絶えることのないメンバーです。朝日長寿大学学習会には、“フラストーリー”として今年を含め3回呼んでいただいております。大変感謝しております。

私たちの活動は、毎週土曜日、午後1時30分～4時までマナボーテ村上で練習をして、



イタリア軒のクリスマスパーティーの余興に参加

年2回、村上地区公民館まつりの「音楽とおどりの集い」と、毎年2月にふれあいセンターの「ダンスおどろーよ!!」に参加出演しております。そして年に6回くらい各介護施設からボランティアのお誘いをいただいて訪問しております。私たちみんな、常に楽しく踊ることをモットーとしておりますので、自然と踊っていても笑顔になり、見ている方も一緒に楽しんでいただけるのだと思います。最近、踊りにも磨きがかかってきました。ぜひご覧ください。

### 村上「村上史楽会」です

本会は、古文書解読を通じて郷土史を学ぶことを目的に平成3年に結成した団体です。現在は、月例会で江戸時代の御用日記の解読に取り組んでいます。

この日誌は村上町大年寄役場の業務日誌で、当時の村上藩政や町の出来事などを知ることができる県内でも第一級の史料です

これまでの解読成果を冊子にまとめ出版してきましたが、昨年11月、本会出版の「村上町年行事所日記（14）」が新潟県主催第11回新潟出版文化賞において記録誌部門賞を受賞しました。会員一同これを励みにさらに郷土史研究に貢献したいと頑張っています。



第11回新潟出版文化賞

ところで、皆さんは家庭に残されている古文書を読んでみたいと思ったことはありませんか。古文書は難しく思われがちですが、江戸時代の文書の特徴や基本的文字を覚えることで、ある程度読むことができます。

ぜひ、本会月例会を覗いてみてください。

広報紙「マナボーテ村上」の問合せ先 村上市教育委員会 中央公民館（生涯学習課内）

TEL：53-2446 FAX：53-2977 e-mail：manabi@city.murakami.lg.jp

郷(さと)が育てる 地域の子どもを地域のみんで育てる教育活動の推進